

金メダル獲得!

戸塚優斗選手

戸塚優斗選手
光明学園相模原高等学校(南区当麻)卒業

3度目のオリンピック出場で、ついに表彰台の頂点に立ちました。
金メダルを獲得した直後の写真が、戸塚選手の家族から届きました。

ミラノ・コルティナ冬季オリンピック
スノーボード男子ハーフパイプ

特集 第53回 市民桜まつり 4月4日(土)・5日(日)

当日は交通規制・無料巡回バスあり 詳しくは2面へ

3面 さがみはらデジタルアーカイブ 新たなコンテンツを追加
12面 令和8年度の相談窓口



市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

市コールセンター

☎042-770-7777

FAX 042-770-7766

8時~21時 年中無休

※品質向上のため、通話を録音しています。

市からのお知らせや
イベント情報などは



市HP



特集

市民まつり

第53回

4月4日(土) 13時~17時
5日(日) 10時~17時



詳しくはこちら

問 市民まつり実行委員会(シティプロモーション戦略課内)
☎042-707-7045

①開会式②実行委員会パレード

時 4月4日(土)①13時30分から②13時55分から
会 市役所さくら通り相模原郵便局前



県警音楽隊の演奏

県警音楽隊の美しい音楽を楽しめます。
時 4月4日(土)14時~14時30分
会 市役所本庁舎前第1ステージ

エフエムさがみの公開生放送

FM HOT 839(エフエムさがみ)が会場の特設ブースから祭りの熱気を届けます。
会 ウェルネスさがみはら前

さがみん・宇宙コーナー

JAXA宇宙科学研究所の資料展示や、市マスコットキャラクターさがみんとの写真撮影などが楽しめるブースを設置します。
会 ウェルネスさがみはら周辺



ワールドストリート さがみはら WORLD STREET SAGAMIHARA

会場内に、世界の文化がぎゅっと詰まった特設エリアが登場。留学生や市内在住の外国籍の皆さんが、自国の魅力を直接紹介します。
時 4月4日(土)13時~17時、4月5日(日)11時~16時
会 市役所と市役所第2駐車場の間

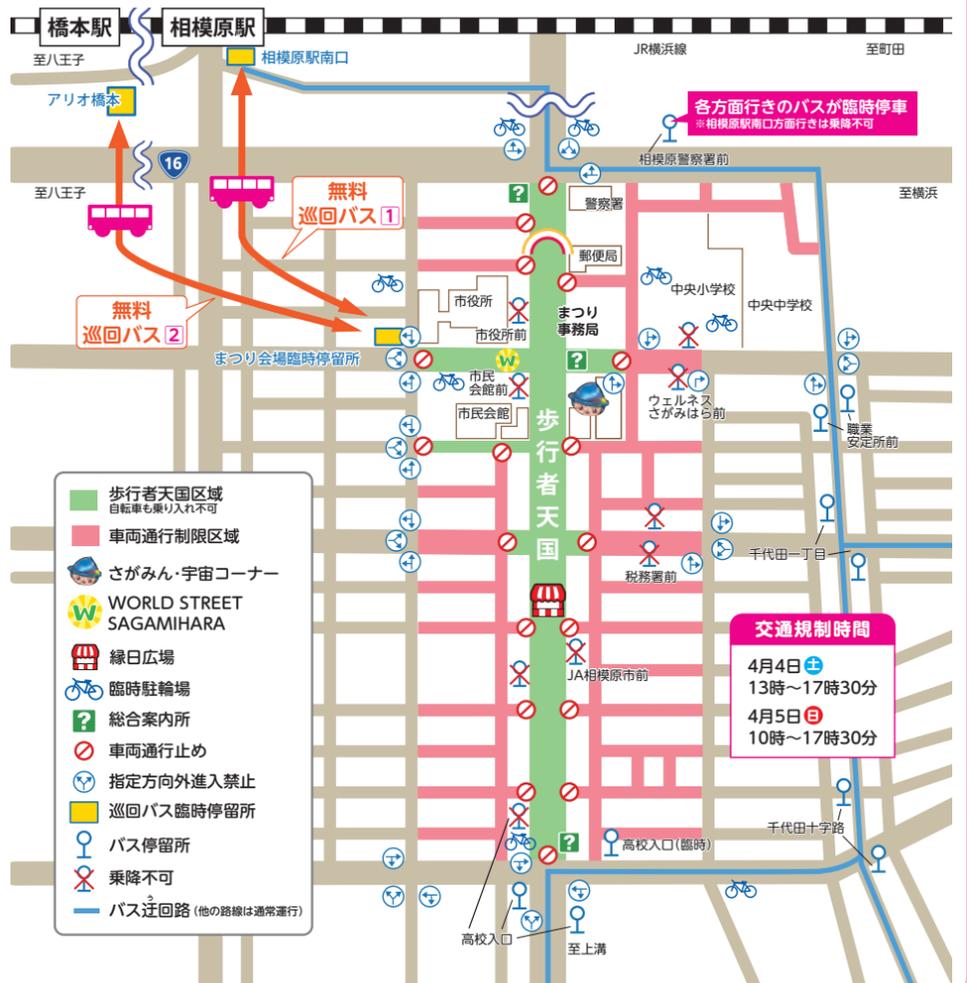
- 民族衣装のフォトパネル
- フェイスシール
- ミニ凧作り体験 など



TIME TABLE タイムテーブル		歩行者天国 本庁舎前などステージ 右の会場図を参照
4日(土)	13時	開会式
	14時	実行委員会パレード
	14時~17時	ステージイベント(県警音楽隊の演奏など) さがみん・宇宙コーナー 緑日広場 各種ブース
5日(日)	10時	市民パレード①
	13時	市民パレード②
	10時~17時	ステージイベント さがみん・宇宙コーナー 緑日広場 各種ブース

会場・交通案内図

- ごみの分別に協力を
- 来場者用駐車場はなし
- 電車・バス・無料巡回バスの利用を



無料巡回バス

1	相模原駅南口 臨時停留所	まつり会場 臨時停留所
	運行時間 4月4日(土)11時~18時15分 4月5日(日)8時~18時15分 ※約15分間隔で運行	
2	アリオ橋本(緑区大山町)	まつり会場 臨時停留所
	運行時間 4月4日(土)10時~18時 4月5日(日)10時~18時 ※6台で運行	

Hot information

旬の情報 **HOT info** さがみはらイベントなどの開催状況は随時ご確認を
中止や延期の場合あり。
開催状況は、市HPなどで確認を

▲市HP

パブリックコメント・意見募集
ご意見をお寄せください

パブリックコメント ①市地域防災計画の修正

災害による被害を軽減するための対策と、大規模災害などが起きた場合の体制・対応を総合的に定めた計画を修正するものです。

意見募集 ②(仮称)市動物愛護センター基本計画(案)

動物愛護の推進拠点となる動物愛護センターの基本コンセプトや、施設整備の方向性を定めるものです。

動物愛護センターとは

犬、猫などの引き取り、譲り渡しや動物愛護の普及啓発、ペットショップ等の指導などを実施する施設

担当課 ①危機管理統括部 〒252-0239中央区中央2-2-15消防指令センター3階 ☎042-769-8208 FAX042-769-8326 ✉kikikanri@city.sagamihara.kanagawa.jp

②生活衛生課 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎042-769-8347 FAX042-750-3066 ✉seikatsueisei@city.sagamihara.kanagawa.jp

【共通】

各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、公文書館(市HPにも掲載)

意見の提出 4月15日(必着)までに、直接か郵送、FAX、✉に、住所、氏名、電話番号、意見を書いて、各担当課へ

結果の公表 意見の概要や市の考え方については、まとまり次第、市HPなどで公表する予定



▲①



▲②

次期一般廃棄物最終処分場
市民説明会を開催

候補地選定に関する説明会です。

主な説明内容

- 一般廃棄物最終処分場の現状について
- 次期一般廃棄物最終処分場の候補地の選定経過について

時3月22日(日)14時~16時

会南清掃工場2階見学者説明室

対市内在住の人

定60人(先着順) ※希望者は直接会場へ

☎清掃施設課 ☎042-769-8246

さがみはらデジタルアーカイブ3次公開
新たなコンテンツを追加

博物館資料や収蔵美術品、公文書目録などをアーカイブに追加します。子ども向けコンテンツや歴史年表、掲載資料を活用したコンテンツも新たに公開します。

時3月19日(木)から

追加コンテンツ

- 昔と今の重ね合わせ地図
- 古文書と読み下し文の重ね合わせ
- デジタルマップ
- まち歩きモデルコース など

さがみはらデジタルアーカイブとは

市が持つ資料や資源をデジタル化し、検索・閲覧できるウェブサイト。キーワードや時代、テーマ、地域で検索できます。



3次公開記念イベント

文化財をめぐるデジタルスタンプラリーを開催

デジタルマップを使って、文化財を回りながらスタンプを集めるイベントです。各コースでスタンプを全て集めた人には、記念品をプレゼントします(先着順。数に限りあり)。

時3月19日(木)~5月10日(日)

コース 当麻山無量光寺(南区当麻)、市古民家園、小原宿本陣の各周辺

※参加方法など詳しくは、同アーカイブをご覧ください。

☎公文書館 ☎042-783-8053

3人以上の子どもがいる世帯の人へ
児童手当の手続きは済んでいますか

高校卒業年齢対象

2月中に市からの通知が届いた人は、書類の提出が必要

次の全てに該当する人

- 3人以上の子どもを養育している
- 平成19年4月2日~20年4月1日生まれの子どもがいる

提出書類 監護相当・生計費の負担についての確認書

提出方法 同封の返信用封筒で、子育て給付課へ郵送

提出期限 4月16日(消印有効)

※期限までに提出がない場合、確認書を提出した翌月分から、第3子加算を適用

※市からの通知が届いていない場合は、お問い合わせください。



▲詳しくはこちら

☎子育て給付課 ☎042-769-8232

市民桜まつりに参加しよう

①ごみ収集ボランティアの募集

ごみ分別ブースを運営するボランティアを募集します。

時4月4日(土)13時~18時、4月5日(日)10時~18時

申込期限 3月31日

※申し込みなど詳しくは、お問い合わせください。

②下水道PRキャラクターの名前の投票ブースを設置

市民桜まつりの会場内に投票ブースを設置。マンホールカードの配布もあります。

時4月4日(土)13時~17時、4月5日(日)10時~17時

会市役所第2駐車場2階 ※希望者は直接会場へ



▲下水道PRキャラクター

☎①さがみコミュニティ実行委員会の宇田川さん ☎090-6794-7163

☎②下水道経営課 ☎042-707-1840

夜桜を楽しむ 桜ライトアップ

時3月下旬~4月上旬18時~22時

※開催日は桜の開花状況で変更

会「相模原署前」交差点付近~「税務署入口」交差点付近



☎シティプロモーション戦略課 ☎042-707-7045

津久井湖さくらまつり(水の苑地)を開催

ステージイベントや特産品の販売、キッチンカーなどが楽しめます。

時3月28日(土)10時~16時

〈雨天時3月29日(日)10時~15時〉

会県立津久井湖城山公園 水の苑地

スケジュールなど
詳しくはこちら▶☎津久井湖さくらまつり(水の苑地)実行委員会
(城山まちづくりセンター内) ☎042-783-8117

相模原市PR動画

「はい。その答え 相模原で見つかりました。」



市シティプロモーションX

ID: @Sagamihara_PR



アクセスしてね!



電話番号の記載がない記事 岡市役所 ☎042-754-1111 (代)

Healthy Navi

みんなのすこやかナビ

オンラインの催し
インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況
中止や延期の場合あり。市 ☎などで確認を

急病などで困ったときは

まずはかかりつけ医・歯科医へ
休診の場合は問い合わせ先へ

医科 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000

聴覚、音声・言語機能に障害のある人専用 ☎042-756-3030

月～金曜日(祝日等を除く) 17時～翌朝9時

土曜日 13時～翌朝9時 日曜日、祝日等 9時～翌朝9時

※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内はしていません。

※品質向上のため、通話を録音しています。

歯科 相模原口腔保健センター
☎042-756-1501

日曜日 8時45分～11時30分

※事前に連絡をしてから受診してください。

接骨 休日当番柔道整復施設所案内
☎0120-19-4199

日曜日、祝日等 9時～17時

精神科 精神科救急医療情報窓口
☎045-261-7070

月～金曜日(祝日等を除く)

17時～翌朝8時30分

土・日曜日、祝日等

8時30分～翌朝8時30分

(翌日が月～金曜日の場合、受け付けは翌朝8時まで)

※夜間、休日の急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、精神科医療機関を紹介します。

※必ず紹介することを約束するものではありません。

救急車を呼ぶか判断に迷ったときは かながわ救急相談センター ☎#7119 (24時間) 市外局番が042の固定電話の場合 ☎045-232-7119、☎045-523-7119

母子健康手帳と
筆記用具の持参が必要

「さがプリコ」から
オンラインで予約可

子育て

マタニティオーラルセミナー(妊婦歯科教室)

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・歯科健診など 対市内在住の妊娠している人(妊娠期間中1回のみ受講可) ※日程・会場・定員などは「さがプリコ」で確認を 岡こども家庭課

ハロー・ベビークラス(母親・父親教室)

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり 対妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族(1人まで) ※日程・会場・定員などは「さがプリコ」で確認を 岡各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、緑(津久井担当)☎042-780-1420、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

離乳食教室①スタート編②モグモグ編

①離乳食の講習、簡単な実習など②中期以降の離乳食の講習、相談など

日にち	時間	会場	対象
① 5月13日(水)	13時～14時、14時30分～15時30分	南保健福祉センター	令和7年11月・12月生まれの子どもとその家族
5月15日(金)		ウェルネスさがみはら	
② 5月12日(火)	13時～14時、14時30分～15時30分	緑区合同庁舎	7年8月・9月生まれの子どもとその家族
5月20日(水)		南保健福祉センター	
5月26日(火)		ウェルネスさがみはら	

定各10組(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申込開始3月23日 岡各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

親子で歯っぴいちゃれんじ大作戦!

虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技を紹介 時5月①12日(火)②13日(水)・20日(水)③15日(金)・26日(火)10時～11時 会①緑区合同庁舎②南保健福祉センター③ウェルネスさがみはら 対令和7年3月～7月生まれの子どもとその家族 定各10組(申込順) 申込開始3月23日 岡こども家庭課

ママの心のケアルーム ママの休み時間

「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えない」などと感じている母親同士が語り合い、気持ちを楽にする場 時5月13日(水)10時～11時30分 会ウェルネスさがみはら 対乳幼児の母親 ※保育あり(要予約) 申3月23日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

保健福祉

認知症高齢者家族の会

家族に認知症高齢者がいる当事者同士の交流 時4月①4日(土)②6日(月)10時30分～12時 会①けやき会館②南保健福祉センター 対高齢で認知症のある人の家族 ※希望者は直接会場へ 岡在宅医療・介護連携支援センター

視覚障害なんでも相談サロン

①当事者による困り事の相談や、日常生活用具の体験など②iPhone®の使い方 時4月7日(火)・16日(水)10時～12時 会視覚障害者情報センター研修室 対市内在住か通勤・在学の人 定②各1人(申込順) ※①希望者は直接会場へ 申②開催日1週間前までに、☎で高齢・障害者福祉課へ ☎042-707-7055

聴覚障害なんでも相談サロン

聴覚障害に関する相談、情報交換や交流 時4月8日(水)・25日(土)13時～16時 会ウェルネスさがみはら 対市内在住か通勤・在学の人 ※希望者は直接会場へ 岡高齢・障害者福祉課

重度の障害がある人 対象の指定難病にり患している人

移動に必要な料金の一部を助成します

次のいずれかを選んでください。

福祉タクシー利用券

交付枚数(1枚500円)

1カ月当たり6枚



自動車燃料給油券

※自家用車のみ

交付枚数(1枚1,000円)

自動車検査証の使用者が

・本人の場合…1カ月当たり2枚

・他者の場合…1カ月当たり1枚



助成期間 4月～令和9年3月

※年度途中の申し込みの場合は、申し込み月分から

対本市に住民登録があり、在宅で次のいずれかに該当する人(高齢者等移送サービス利用券の交付を受けている人を除く)

●身体障害者手帳が1級か2級 ●療育手帳がA1かA2 ●知能指数35以下と判定を受けている ●小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けていて、改正(平成27年1月)前の児童福祉法による小児慢性特定疾患に対応する疾病にり患している

■精神障害者保健福祉手帳が1級か2級

★特定医療費(指定難病)医療受給者証の交付を受けていて、難病法施行前の特定疾患に対応する指定難病にり患している

★県特定疾患医療受給者証か、特定疾患認定通知書の交付を受けている

※必要書類など詳しくは、各窓口にお問い合わせください。

岡高齢・障害者支援課☎042-769-8355☎042-769-5708

1年分の利用券・給油券の交付申請期間 3月27日～4月30日

※4月上旬は窓口が混雑し、手続きに時間がかかる場合あり

申し込み・問い合わせ

※●■★は左の対象欄を参照

対象	申請窓口	電話番号	ファクス番号
● 各高齢・障害者相談課	身体・知的福祉班	緑 042-775-8810	042-775-1750
		中央 042-769-9266	042-755-4888
		南 042-701-7722	042-701-7705
■ 各高齢・障害者相談課	精神保健福祉班	緑 042-775-8811	042-775-1750
		中央 042-769-9806	042-755-4888
		南 042-701-7715	042-701-7705
★ 各保健センター	各保健センター	緑 042-775-8816	042-775-1751
		中央 042-769-8233	042-750-3066
		南 042-701-7708	042-701-7716
●■★ 各福祉相談センター	各福祉相談センター	城山 042-783-8136	042-783-1720
		相模湖 042-684-3215	042-684-3618
		藤野 042-687-5511	042-687-4347
●■★ 津久井高齢・障害者相談課	津久井高齢・障害者相談課	042-780-1412	042-784-1222

福祉タクシー利用券
について▶



自動車燃料給油券
について▶



健康相談 ※タイトル横の()内は相談員

①成人健康相談②母子保健相談(保健師)

①生活習慣病の予防、体の不調、更年期症状に関することなどの相談②妊娠・出産、子どもの健康などの相談

日にち	時間	会場
月～金曜日	8時30分～17時 (祝日等を除く)	緑区合同庁舎
		ウェルネスさがみはら
		南保健福祉センター
月・木曜日		津久井保健センター★
火曜日		藤野総合事務所★
水曜日		相模湖総合事務所★
金曜日		城山総合事務所★

※希望者は直接会場へ(電話相談も可、★は来庁相談のみ) ①各保健センター 緑☎042-775-8816、中央☎042-769-8233、南☎042-701-7708、②各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

大人の食生活相談(栄養士など)

生活習慣病予防などに関する食生活の相談(面談か電話相談)

日にち	時間	会場	申込先
4月9日(木)	9時15分 10時15分 11時15分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
4月13日(月)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233
4月14日(火)		緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816
4月22日(水)	13時15分 14時15分 15時15分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
4月24日(金)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233
4月27日(月)		緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816

申3月19日から、☎で各申込先へ

母と子の栄養相談(管理栄養士など)

乳幼児と妊産婦の食について ⑤5月①11日(月)13時～15時30分②18日(月)9時～11時30分③18日(月)13時～15時30分④25日(月)9時～11時30分 ⑤①④南保健福祉センター②緑区合同庁舎③ウェルネスさがみはら 申込開始3月23日 ⑥各子育て支援センター①④南☎042-701-7710②緑☎042-775-8829③中央☎042-769-8222

妊活サポート相談

①電話相談②面談③オンライン面談(不妊・不育専門相談員)

⑤5月12日(火)①9時～11時30分②③13時～15時30分 ⑥②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ⑦☎でこども家庭課へ(③開催日前日まで。市☎からも可) ☎042-769-8345

親子にこここ歯科相談①電話相談②面談③オンライン面談(歯科衛生士)

⑤5月11日(月)9時～11時30分 ⑥②ウェルネスさがみはら ⑦18歳未満の子どもとその家族、妊娠している人 ※③ツールはWebex®を使用 ⑦☎でこども家庭課へ(③開催日前日まで) ☎042-769-8345

かんがる～歯科健診(歯科医)

⑥緑区合同庁舎、津久井保健センター、城山・相模湖・藤野総合事務所、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター ⑦障害のある乳幼児 ※申込時に日時・会場などを調整 ⑦☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

歯みがき相談(歯科衛生士)

ブラッシング方法など歯の手入れに関する相談(治療の相談不可) ⑤月～金曜日(祝日等を除く)9時～15時30分 ⑥緑区合同庁舎、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター ※申込時に日時・会場などを調整 ⑦☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

がんに関する相談 がんピアサポート

がん体験者が自らの体験を基に相談に対応 ⑤4月10日(金)10時～15時(各回1時間) ⑥ウェルネスさがみはら(電話相談も可) ⑦がん患者やその家族 ⑧4組(申込順) ⑦4月8日までに、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

もの忘れ相談(医師)

物忘れや認知症の相談 ⑤4月①14日(火)②15日(水)③17日(金)①15時～17時②③14時～16時 ⑥①緑区合同庁舎②ウェルネスさがみはら③南保健福祉センター ⑦各2人(申込順) ⑦3月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①緑☎042-775-8812②中央☎042-769-8349③南☎042-701-7704

くすりの相談

⑤4月16日(木)13時30分～15時(各回30分) ⑥ウェルネスさがみはら ⑦各2人(申込順) ⑦☎で市薬剤師会へ ☎042-756-1502

禁煙チャレンジ(保健師)

電話か面談で3カ月間禁煙をサポート(初回面談時、希望者に尿中ニコチン検査と呼吸検査を実施) ⑤月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～17時 ⑥①緑区合同庁舎②津久井保健センター③ウェルネスさがみはら④南保健福祉センター ⑦☎で各保健センターへ ①緑☎042-775-8816②緑(津久井担当)☎042-780-1414③中央☎042-769-8233④南☎042-701-7708

精神保健相談(精神科医)

心の病気や治療の必要性についての相談 ⑤4月①2日(木)②7日(火)・24日(金)13時～14時 ⑥①ウェルネスさがみはら②南保健福祉センター ⑦かかりつけ医のいない人 ⑧各2・3人(申込順、調整あり) ⑦3月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①中央☎042-769-9806②南☎042-701-7715

家族のためのコミュニケーション教室 ガーベラ

家族間コミュニケーションをテーマに家族問題についての理解を深め、対応を学ぶ ⑤4月15日(水)14時～16時 ⑥市民会館2階第2会議室 ⑦市内在住か在勤で、ひきこもりの状態にある人やアルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人の家族 ⑧20人(申込順) ※事前面接あり ⑦3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

①思春期相談②ひきこもり相談(精神科医)

①思春期②ひきこもりに関連した相談 ⑤4月20日(月)14時～16時 ⑥けやき会館 ⑦①13歳～17歳の精神的な悩みを抱える人とその家族②18歳以上のひきこもりの状態にある人とその家族 ⑧2組(申込順、調整あり) ⑦3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

みんなのアルコール相談(精神科医)

飲酒量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談 ⑤4月21日(火)10時～12時 ⑥けやき会館 ⑦市内在住か在勤で、アルコールに関する悩みを抱える人とその家族 ⑧2組(申込順、調整あり) ⑦3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

薬物・ギャンブル依存相談(精神科医)

薬物やギャンブルに関連した相談 ⑤4月23日(木)14時～16時 ⑥けやき会館 ⑦市内在住か在勤で、薬物やギャンブルに関する悩みを抱える人とその家族 ⑧2組(申込順、調整あり) ⑦3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

依存症家族教室 サプリ

アルコール・薬物・ギャンブルの問題を理解し、対応を学ぶ ⑤4月28日(火)13時30分～15時30分 ⑥市民会館3階第1会議室 ⑦市内在住か在勤で、アルコール・薬物・ギャンブルに関する悩みを抱える人の家族 ⑧10組(申込順) ⑦3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

愛の献血

日にち	時間	会場
3月19日(木)・27日(金)、 4月3日(金)・16日(木)	10時～12時、 13時45分～16時	市役所前
3月22日(日)・30日(月)、 4月12日(日)	10時～12時、 13時45分～16時	橋本駅北口 ペDESTリアンデッキ下
3月28日(土)、4月4日(土)	10時30分～12時、 13時45分～16時	相模大野駅前通り (コリドー通り)
4月5日(日)	10時30分～12時、 13時30分～15時30分	ウェルネスさがみはら前

⑦16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の方は、60歳～64歳の間に献血経験が必要) ※希望者は直接会場へ。本人確認あり。所要時間40分程度(午前の混雑状況により、午後の開始時間を変更する場合あり) ⑧地域保健課





Information a la carte

電話番号の記載がない記事 岡市役所☎042-754-1111 (代)

情報あじかる

オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況 中止や延期の場合あり。市庁などで確認を
記入する必要事項 ①催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号

お知らせ

都市計画審議会

都市計画マスタープランと立地適正化計画の中間見直しの方針について 時3月30日(月)14時~16時 会産業会館 ※傍聴希望者は、当日13時50分までに直接会場へ(定10人(抽選))。審議内容により、非公開の場合あり 岡都市計画課

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

時4月1日(水)~6月1日(月)(土・日曜日、祝日等を除く)8時30分~17時 会資産税課、緑・南市税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター 対固定資産税の納税者本人か委任された人 ※希望者は、本人確認ができる公的証明書(マイナンバーカードなど(顔写真がないものは2点以上))と、代理人は委任状などを持って直接会場へ 岡資産税課

成年後見制度専門相談

①行政書士②司法書士③税理士④社会福祉士 時4月①2日(木)②9日(木)③16日(木)④23日(木)14時~15時 会①②③あじさい会館④南保健福祉センター 対成年後見制度の利用を考えている人や、親族後見人、福祉施設の職員など 定各2組(申込順) 申開催日2日前までに、☎でさがみはら成年後見・あんしんセンター(市社会福祉協議会内)へ ☎042-756-5034

女性のための就職相談

①おしゃべりマザーズハローワーク 座談会と意見交換会 時4月21日(火)10時~10時30分 対子育て中の女性 定5人(先着順)
②個別おしごと相談 時4月24日(金)9時30分・10時25分・11時20分(各回50分) 対女性 定各1人(申込順)
【①②共通】会ソレイユさがみ ※子どもの同伴可、保育なし。①希望者は直接会場へ 申②3月19日から、☎でマザーズハローワーク相模原へ ☎042-862-0042

図書館の休館と公民館等図書室の休室

蔵書点検によるもの
①橋本・相模大野図書館 時4月5日(日)~11日(土)
②図書館(中央区)、相武台分館、公民館などの図書室 時4月12日(日)~18日(土)
【①②共通】岡図書館(中央区)☎042-754-3604

募集

市政モニター

市の施策や事業に関するアンケートに回答 時5月下旬~令和9年3月(3回程度) 対市内在住の16歳以上(9年3月時点。要件あり) 定200人(選考) 配各まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)など 申4月23日(必着)までに、申込書を広聴課へ。市庁からも可

納期限は 3月31日(火)

●国民健康保険税 第10期

口座振替の申し込みは 市庁か金融機関の窓口へ



ウェブ申し込み、詳しくはこちら

男女共同参画審議会委員

男女共同参画に関する施策などについて審議 任期6月1日~令和10年5月31日(会議は年4回程度) 対市内在住の18歳以上(要件あり) 定2人(選考) 配人権・男女共同参画課、ソレイユさがみ、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、公文書館(市庁にも掲載) 申4月15日(必着)までに、応募申込書を同課へ

生き生きシニアのための地域活動補助金

老人クラブや趣味サークルなど、地域で自主活動する団体の立ち上げを支援 対次の全てに該当する団体 ●市内在住の65歳以上が毎回10人以上参加 ●活動開始からおおむね3年以下 ●1回おおむね60分(最低30分)以上の活動が、年間24回(初年度18回)以上 定60団体(選考) 補助金額年間上限5万円(最長3年) 配高齢・障害者支援課、各高齢・障害者相談課、各福祉相談センター・地域包括支援センター(市庁にも掲載) ※申請には事前相談(予約制)が必要。募集要項を参照 申3月16日~6月19日に、☎で高齢・障害者支援課へ ☎042-769-9249

会計年度任用職員 女性相談員

夫婦関係やセクハラ、育児不安などの相談業務 任期7月1日~令和9年3月31日 勤務指定する原則週3日で、①10時~17時の6時間②10時~18時の7時間 勤務場所ソレイユさがみ 報酬日額①1万3,146円②1万5,337円から(職歴などで決定) 対関連する経験や資格がある女性 定1人(選考) ※面接あり。対象要件や応募方法などは、市庁を参照か問い合わせを 申込期間3月16日~4月15日(必着) 岡人権・男女共同参画課

相模湖やまなみ祭出店者

①物販(飲食)②物販(飲食以外)③企業紹介 時4月29日(祝)10時~15時 会県立相模湖公園 定①②各20組③2組(各申込順) 費①2,000円②1,000円③3,000円 ※申し込み方法などは問い合わせを 申込期限3月31日(必着) 岡相模湖やまなみ祭実行委員会(相模湖商工会内)☎042-684-3347

鯉のぼりの寄付

ゴールデンウィークに緑区佐野川で開催するこいのぼり谷渡しイベントで遊泳 ※寄付方法は問い合わせを 岡鯉のぼり谷渡しの会の小池さん☎090-7726-2550

障害者地域活動支援センター 生活支援員

障害のある人の就労・生活支援や生活の悩み相談など 勤務週5日(日曜日を除く。シフト制)の9時~18時 勤務場所緑第一障害者地域活動支援センター 給与月額21万円から 対普通自動車運転免許(AT可)がある人 定1人(選考) ※業務内容や応募方法などは問い合わせを 岡同所☎042-684-5010

イベント

相模湖ふれあいパークの催し

①ワークショップ・出店 春のミニリース作り体験や焼き芋・駄菓子の販売など
②星空映画会 上映作品『怪盗ブルーのミニオン超変身』【①②共通】時3月28日(土)①15時~17時②17時30分~19時(雨天時3月29日(日)) 会相模湖ふれあいパーク屋上公園 定②100人(先着順) ※希望者は直接会場へ(②はレジャーシートなどを持参) 岡サンワックス☎048-520-3000

プラネタリウムでヒーリングミュージック

星空の下でなじみのあるクラシック曲を聴く 時3月28日(土)16時~16時40分 会博物館 定180人(先着順) 費500円(小・中学生200円(市内在住か在学は無料)、65歳以上250円(要証明書)) ※希望者は直接会場へ 岡同所☎042-750-8030

さがみ湖リフレッシュセンターの催し

①イキイキヨガ教室 時4月1日(水)・15日(水)・29日(祝)10時30分~11時30分
②映像と音楽で楽しむ機能訓練レクリエーション 時4月3日~27日の毎週月・金曜日10時30分~11時20分
③卓球台を開放 時4月5日(日)13時~16時
④繭玉でこいのぼりをつくろう 時4月5日(日)11時~12時
⑤体操教室 姿勢を改善するストレッチ 時4月8日(水)10時30分~11時30分
【①~⑤共通】会さがみ湖リフレッシュセンター 対①②⑤18歳以上③新小学生以上(小学生は保護者同伴) 定①③⑤各25人④6人(各申込順)②各20人(先着順) 費①⑤各500円③100円④650円 ※②希望者は直接会場へ 申①③④⑤3月20日~開催日前日に、直接か☎で同所へ ☎042-685-3988

相模原ギオンアリーナの催し

①中国体操体験教室(全3回) 時4月3日~17日の毎週金曜日10時30分~11時30分
②初心者弓道教室(全10回) 時5月9日~7月18日の毎週土曜日(5月16日を除く)16時~18時
【①②共通】会相模原ギオンアリーナ 対15歳以上(開催日時時点で中学生を除く) 定①20人(申込順)②30人(抽選) 費①500円②7,500円 申①4月2日までに、直接か☎で同所へ②4月22日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に6面上部の必要事項を書いて同所へ 〒252-0328南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

出張ネイルサロン

時4月16日(木)・28日(火)9時20分~13時(1人20分、①②の組み合わせは40分) 会新磯ふれあいセンター 内①カラー+カット(10本、アート1本)②甘皮ケア+カット③爪磨き+カット④カット⑤オフ 対50歳以上 定各11人(申込順) 費①②③各1,000円④各500円⑤各300円(⑤2回目以降無料) 申3月20日から、直接か☎、FAXに6面上部の必要事項、希望日とメニュー番号を書いて同所へ ☎046-255-1311 FAX046-255-1361

県シニアスポーツフェスタサイクリング大会

ねんりんピック埼玉大会の選手選考会を兼ねる 時4月18日(土)10時~15時 集合遊行事(藤沢市西富) 対市内在住の令和9年4月1日時点で60歳以上 費500円 ※申し込み方法などは県サイクリング協会(☎)を参照 申込期限4月4日 岡スポーツ推進課

世界のひろば

ペルーの暮らしや文化についての話と交流 時4月19日(日)10時~11時30分 会大野北公民館 定40人(申込順、市内在住者優先) 申3月19日~4月18日に、直接か☎でさがみはら国際交流ラウンジへ ☎042-750-4150

あじさい会館の催し

- ①はじめてのフラ教室 時4月15日(水)、5月27日(水) 10時30分～11時30分
 - ②終活なるほどセミナー マンガで葬式の手順やエンディングノートの書き方を学ぶ 時4月18日(土) 10時～11時50分
 - ③癒やしの天然石アクセサリ教室 ブレスレットを作る 時4月22日(水)13時30分～15時30分
 - ④みんなの食堂でランチコンサート 弁当を食べながら音楽を鑑賞 時4月25日(土)11時30分～13時
- 【①～④共通】会 あじさい会館 対 ①女性②③15歳以上(開催日時点で中学生を除く) 定 ①④各40人 ②20人③15人(各申込順) 費 ①④各500円(④茶・弁当代含む)③2,000円 申 3月19日～4月②14日 ③④21日に、直接か☎で同所へ ☎042-759-3963

市写真連盟展

時4月24日(金)～27日(月)10時～17時(24日は13時から、27日は15時まで) 会 相模原市民ギャラリー 岡市写真連盟の鈴木さん ☎042-758-0664

自然観察会

時4月29日(水)10時～11時 会 東林ふれあいの森 対 新小学生以上 定 15組(申込順。1組5人まで) 費 1人10円(保険料) 申 3月20日～4月22日に、直接か☎で東林ふれあいセンターへ ☎042-745-7660

講演・講座

淵野辺公園の催し

- ①個人参加キッズ野球教室 時3月24日～4月28日の毎週火曜日(3月31日を除く)17時～18時(雨天中止) 対 小学校1～3年生(4月からの学年)
 - ボクシングエクササイズ②体験会③教室(全4回)④単発講習 時②3月27日(金)③④4月3日～24日の毎週金曜日19時30分～20時30分 対 18歳以上
- 【①～④共通】会 ①ウイツひばり球場②③④サーティーフォー相模原球場 定 ①各10人②③各30人 ④20人(各申込順) 費 ①各600円②500円③3,600円④各1,100円 申 3月19日11時から、☎で教室専用窓口へ ☎080-2447-7416

ミニバラの苔玉作り

時3月24日(水)①10時～11時30分②14時45分～16時15分 会 ①相模原北公園②相模原スポーツ・レクリエーションパーク 定 各10人(申込順) 費 各1,500円 ※未就学児は保護者同伴 申 3月20日～23日に、直接か☎で各会場へ ①☎042-779-5885 ②☎042-707-1933

オーサズカフェ 家庭における防災の備え

市防災マイスターから、自然災害から身を守る方法を学ぶ 時3月28日(土)14時～15時 会 ユニコムプラザさがみはら ※希望者は直接会場へ 岡同所 ☎042-701-4370

パソコン無料体験・講座・相談

- ①ITよろず無料相談②PC・プログラミングプレ講座③パソコン講座④プログラミング講座⑤18歳からのプログラミング

	日にち	時間
①	3月25日(水)	午前・午後(各回30～50分)
②	3月25日(水)・26日(木)、4月1日(水)・2日(木)	16時、16時30分、17時(各回60分、1回のみ)
③	3月26日(木)、4月8日(水)・16日(水)・22日(水)	9時30分、10時30分、11時30分、15時30分、17時30分、18時45分(各回50分、1回のみ)
④	3月26日(木)、4月9日(木)・15日(水)・22日(水)	16時、17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)
	3月28日(土)、4月4日(土)・11日(土)	9時20分、10時30分(各回50分、1回のみ)
⑤	3月26日(木)、4月9日(木)	17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)

会 産業会館 対 ①市内企業でITに携わる人やITの仕事を探している人など②5歳～小学校2年生④小学校3年生～高校生⑤18歳以上 定 ①各1組②③④各3人⑤各2人(各申込順) ※対象は開催日時点の学年 申 3月19日から、☎(9時30分から)で同所教室へ ☎042-704-9888

スケートボード教室

- ①スケボー教室 基礎練習や障害物の使い方を学ぶ 時4月4日～25日の毎週土曜日10時～11時
- ②GIONスケボー教室 板の乗り方や動かし方を学ぶ 時4月19日(日)10時～11時30分、13時～14時30分

【①②共通】会 小山公園ニュースポーツ広場 対 4歳以上(未就学児は保護者同伴) 定 ①各20人②各12人(各申込順) 費 ①各2,000円(レンタル費別途必要(スケートボード500円、プロテクター・ヘルメットセット300円))②各3,000円(レンタル料含む) ※ヘルメットの着用が必要 申 3月20日～開催日前日に、①直接②直接か☎で同園管理事務所へ ☎042-700-0801

手話講座 応用①夜間②午前(各全22回)

時①4月17日～11月13日の原則毎週金曜日19時～21時②4月20日～11月9日の原則毎週月曜日10時～12時 会 障害者支援センター松が丘園 対 市内在住か在勤・在学中、入門基礎講座修了程度の18歳以上 定 各25人(選考) 配 同園、けやき体育館、各障害者相談支援キーステーションなど(同園HPにも掲載) 申 3月18日～31日(消印有効)に、申込書を同園へ ☎042-758-2121

あじさい青年学級生(全10回)

スポーツや工作などのレクリエーション活動 時4月～令和9年2月(7月を除く)の原則毎月第2日曜日10時～15時 会 あじさい会館、けやき体育館など 対 市内在住か在勤で、知的障害のある15歳以上 定 10人(申込順) 費 2,000円(飲食代などが別途必要) 申 3月19日～21日に、☎であじさい青年学級(市手をつなぐ育成会内)へ ☎042-759-4310

花と緑の催し

- ①グリーンカーテン講習会 夏の日差しを和らげる植物の育て方を学ぶ。ゴーヤ2株の配布もあり 時4月17日(金)10時～11時30分 会 けやき体育館
 - ②バラを使ったプリザーブドフラワーアレンジ 時4月23日(木)10時～12時 会 けやき会館
- 【①②共通】対 15歳以上(開催日時点で中学生を除く) 定 各20人(申込順) 費 ①600円②3,500円 申 3月19日～4月①12日②16日に、二次元コードから 岡市まち・みどり公社 ☎042-751-6624

救命講習

- ①普通救命講習Ⅰ 成人への応急手当て 時4月17日(金)、5月8日(金)・25日(月)、6月8日(月)、7月12日(日)、8月18日(火)◆、9月7日(月)・23日(祝)★9時～12時
 - ②救命入門 時4月18日(土)10時～11時30分
 - ③上級救命講習 時4月28日(火)、7月21日(火)9時～18時
 - ④普通救命講習Ⅲ 子どもへの応急手当て 時5月16日(土)★、6月27日(土)、8月22日(土)9時～12時
 - ⑤応急手当普及員再講習 時5月23日(土)9時～12時
- 【①～⑤共通】会 消防指令センター(◆=緑区合同庁舎、★=南消防署) 対 市内在住か在勤・在学の①③④新中学生以上②小学校新4年生以上⑤認定更新希望者 定 各30人(各申込順) 費 ①④⑤各1,000円②500円③各4,000円 申 開催日1週間前までに、市防災協会HPにある申請書をFAX、☎で同協会へ ☎042-753-9971 FAX 042-753-0374 宛 kyuumei@sdpa.or.jp

薬用植物を学ぶ講座・シンポジウム

- ①栽培・加工体験講座(全8回) ハトムギ・シソの栽培や加工作業の体験。講義など 時原則4月～10月の月1・2回火曜日9時30分～12時30分 対 市内在住の人 定 20人(抽選)
 - ②シンポジウム 講演と薬用植物園の見学。漢方薬・生薬認定薬剤師制度の対象講座(2単位) 時5月10日(日)13時～17時 講 清水聖子さん(都健康安全研究センター主任)など 定 100人(申込順)
- 【①②共通】会 北里大学相模原キャンパス(南区北里) 申 ①3月31日(必着)②4月24日までに、①はがきか☎に②☎か☎に、6面上部の必要事項(②は認定単位の要・不要を記載(薬剤師のみ))を書いて、農政課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎042-769-8239 宛 nousei@city.sagamihara.kanagawa.jp



読者のひろば

敬称略

※5月1日号から掲載基準を変更。詳しくは市HPを参照

催し 費用の記載がない場合は無料です。

●社交ダンス初心者体験講習会 簡単なステップを体験 時3月30日(月)18時～19時30分 会 相原公民館 対 ダンス未経験者 定 20人(申込順) 申 ☎で吉田へ ☎090-6347-1752

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●合唱 時毎週木曜日10時から 会 青少年学習センター 対 経験者 岡ジンボ☎042-758-7495
 ●スポーツ吹矢 時月2回月曜日9時30分から 会 東林ふれあいセンター 岡樋口☎090-9843-2244
 ●楊名時太極拳 時毎週火曜日10時から 会 相模原ギオンアリーナ 岡吉川☎042-752-6069

となりのまちから **町田さくらまつり**

町田市内の桜の名所3カ所で開催。模擬店や市民団体のステージなどが楽しめます。

時3月28日(土)・29日(日)10時～①15時30分②16時③17時

会 ①尾根緑道(町田市常盤町)、②芹ヶ谷公園(町田市原町田)、③恩田川(町田市南成瀬)

▲町田市HP

岡町田市観光まちづくり課☎042-724-2128



AIスタッフ総合案内サービス AIが質問にお答えします。

市コールセンターからちょっとおしらせ

マイナンバーカードの電子証明書の更新は、相模原駅前の申請特設窓口で。日・月・火・水・金曜日(第3土曜日に続く日曜日、祝日等を除く)に手続きができます。



会場・お問い合わせは原則各施設。休所日は各施設HPで確認を

Facility Events

施設の催し

回数の記載がないものは1回ずつの開催
オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況 中止や延期の場合あり。市HPなどで確認を
記入する必要事項 ①催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号

LCA国際小学校北の丘センター

〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

催し名	日にち	時間
① Zeroエアロ		10時30分～11時20分
② ボディバランス	毎週水曜日 4月1日～6月24日 (5月20日・27日を除く)	13時～13時50分
③ ZUMBA		14時30分～15時20分
④ ソフトピラティス		19時30分～20時20分
⑤ いきいきヨガ	毎週木曜日 4月2日～6月25日 (5月21日・28日を除く)	12時～12時50分
⑥ 美骨体操		15時30分～16時20分
⑦ リラクゼーションヨガ		19時50分～20時40分
⑧ 太極舞		9時30分～10時20分
⑨ ハタヨガ	毎週金曜日 4月3日～6月26日 (5月15日・22日・29日 を除く)	10時30分～11時20分
⑩ リフレッシュ体操		13時～13時50分
⑪ DISCOダンスエクササイズ		14時30分～15時20分
⑫ カラダリセット		19時～19時50分
⑬ ヨガ&ピラティス	毎週土曜日 4月4日～6月27日 (5月16日・23日・30日 を除く)	10時～10時50分
⑭ キック&シェイプ		11時～11時50分
⑮ 美ボディ体操		14時30分～15時20分
⑯ ピラティス	毎週火曜日 4月7日～6月30日 (4月14日、5月19日・ 26日、6月9日を除く)	10時～10時50分
⑰ 朝ヨガ		11時～11時50分
⑱ ポールコンディショニング		19時30分～20時20分
⑲ ベーシックピラティス	毎週月曜日 4月6日～6月29日 (5月18日・25日を除く)	12時30分～13時20分
⑳ ストレッチ&ヨガ		14時30分～15時20分
㉑ ベビーリトミック	4月8日(水)・22日(水)	10時～10時40分
㉒ 親子リトミック		11時～11時40分
㉓ ベブースイミング	毎週金曜日 4月10日～24日	11時～11時45分
㉔	毎週土曜日 4月11日～25日	11時～11時45分
㉕ 親子スイミング		9時30分～10時15分
㉖ 水の公園(全4回)	毎週木曜日 4月9日～30日	16時～16時50分

※①～⑲16歳以上⑳0歳6カ月～1歳3カ月の子どもとその保護者㉑1歳4カ月～3歳の子
 どもとその保護者㉒0歳6カ月～1歳6カ月の子どもとその保護者㉓オムツの取れていな
 い1歳以上の未就学児とその保護者㉔オムツの取れている未就学児とその保護者㉕年中
 ～小学校3年生 定員①④⑬⑱⑲⑳各15人②⑧⑩⑯各30人③⑪各22人⑤⑦⑨⑫⑬⑰⑲
 各35人⑥各20人⑲～㉕各10組(①～⑲各先着順⑲～㉕各申込順) 費①～⑲各800円⑲
 ～㉕各900円⑳2,000円 ※㉖市外の小学生は利用料が別途必要。①～㉕希望者は直接
 会場へ(開始30分前から受け付け、割引回数券あり) ※対象は開催日時時点の学年 申⑲
 ～㉕4月1日㉖3月20日から、同所HPから

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

ジュニアスケート教室①スピード・フィギュアスケート②アイスホッケー
 ③早朝スケート教室 ④アイススケートワンポイントレッスン

時①4月2日～30日の毎週木曜日18時～19時30分②4月7日～28日の毎週火曜
 日18時～19時30分③4月5日～26日の毎週日曜日7時～9時④4月5日～29日
 の毎週日曜日・祝日(4月12日を除く)10時30分～15時30分 対①②5歳～中
 学生③5歳以上 費①～③各500円 ※対象は開催日時時点の学年。希望者は直接
 会場へ(①②③開始30分前から受け付け)。貸靴代別途500円(中学生以下300
 円)④別途入場料が必要

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

催し名	日にち
① シェイプアップ	毎週水曜日 4月15日～7月1日 (4月29日、5月6日を除く)
② 姿勢改善ヨガ	毎週水曜日 4月15日～6月17日 (4月29日、5月6日を除く)
③ 身体すっきり、ストレッチヨガ	毎週月曜日 4月6日～6月1日 (5月4日を除く)
④ プリザーブドフラワー 端午の節句アレンジ	4月16日(休)
⑤	4月17日(金)
⑥ フラワーアレンジメント 母の日アレンジ	4月22日(水)
⑦	4月24日(金)

時①11時～12時②9時30分～10時30分③10時～11時④13時～14時30分⑤⑥19時～
 20時30分⑦10時～11時30分 対①～④⑦18歳以上(高校生を除く)⑤⑥小学生以上(小
 学生は保護者同伴) 定①25人②30人③20人④～⑦各24人(各申込順) 費①～③各
 7,000円④⑤各2,800円⑥⑦各3,500円 ※対象は開催日時時点の学年 申③3月19日～開
 催日1週間前に、同所HPから

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775 FAX042-775-1776

①パソコン教室(全5回)

初心者向け。ワード・エクセル(基礎編) 時4月12日～8月9日の第2日曜日9時
 30分～12時 定10人(申込順) 費5,000円

②さんかくサロン

話し合いを通して多様な価値観に触れる場 時4月13日(月)10時～11時30分
 定20人(申込順)

③ソレイユマルシェ(手作り品の販売と体験ワークショップ)

時4月14日(火)・25日(土)10時～14時 ※希望者は直接会場へ

④おうちでかんたん!養生ツボ押し

時4月17日(金)10時～11時30分 定15人(申込順)

⑤ソレイユマルシェワークショップ パステルで描く春のアート

時4月18日(土)13時30分～15時30分 定10人(申込順) 費1,000円

⑥子育ておしゃべりサロン

自分らしい子育てを見つける場 時4月18日(土)10時30分～11時45分 対1歳3
 カ月までの子どもとその保護者 定5組(申込順)

【①②④⑤⑥共通】※①②④⑤未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約) 申③3月
 19日から、直接か☎、FAXに8面上部の必要事項、①②④⑤保育希望の有無(希
 望者は子どもの氏名と年齢)⑥子どもの氏名(ふりがな)と月齢を書いて同所へ。同
 所HPからも可

さがみはらグリーンプール

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

①いす体操②ZUMBA③やさしいバレエ④はじめてのフラダンス⑤骨盤スト
 レッチ⑥ヨガ⑦リフレッシュエアロ⑧ピラティス⑨レズミルズピラティス(各
 全4回)

時①②4月1日～22日の毎週水曜日③4月2日～23日の毎週木曜日④⑤⑥4月3
 日～24日の毎週金曜日⑦4月5日～26日の毎週日曜日⑧4月7日～28日の毎週火
 曜日⑨4月9日～30日の毎週木曜日①⑤12時30分～13時30分②19時30分～
 20時30分③④11時15分～12時15分⑥19時50分～20時50分⑦18時～19時
 ⑧9時45分～10時45分⑨11時～12時 対16歳以上 定①③④⑤⑧各15人②
 ⑥⑦⑨各20人(各申込順) 費各4,400円 申③3月20日～開催日前日に、直接か
 ☎で同所へ

相模原スポーツ・レクリエーションパーク

〒252-0205 中央区小山2696 ☎042-707-1933

催し名	日にち	時間	対象・定員(①~③⑤⑥先着順④⑦申込順)・費用など
① 免疫アップヨガ	毎週水曜日 4月1日~22日	11時~12時	定各20人 費各500円
② 気軽にできるチェアヨガ	4月8日(水)・22日(水)	9時30分~10時30分	定各20人 費各800円
	毎週月曜日 4月6日~27日	11時~12時	定各20人 費各800円
③ 体スッキリ!リフレッシュヨガ	毎週金曜日 4月3日~24日	13時~14時	定各20人 費各500円
④ ポールウォーキング教室	4月2日(水)・16日(水)・30日(水)	9時30分~10時30分	定各15人 費各800円(ポール持参者は500円)
⑤ やさしいピラティス	4月6日(水)・20日(水)	13時~14時	定各20人 費各800円
⑥ ハウオリフラ Hau'oli Hula	毎週火曜日 4月7日~28日	12時30分~13時25分	定各20人 費各500円
		13時30分~14時25分	定各20人 費各500円
⑦ ヨガ×ボディメイク	4月14日(水)	15時~16時	定15人 費1,000円

※①~③⑤⑥希望者は直接会場へ ④⑦3月20日~開催日前日に、同所HPから

**相模原の
スポーツ選手を
応援しよう!**

SC相模原
(サッカー・
J3リーグ所属)

時3月21日(土)14時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 横浜FC
☎SC相模原 ☎042-705-7074

**ノジマステラ
神奈川相模原**
(女子サッカー・
WEリーグ所属)

時3月①22日(日)②29日(日)14時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 ①アルビレックス新潟レ
ディース②三菱重工浦和レッズレ
ディース
☎ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-
298-3881

**三菱重工相模原
ダイナボアーズ**
(ラグビー・JAPAN
RUGBY LEAGUE ONE
DIVISION 1 所属)

時3月21日(土)12時から
会秩父宮ラグビー場(港区北青山)
対戦相手 東京サントリーサンゴリ
アス
☎三菱重工相模原ダイナボアーズ
☎042-761-2686

※試合情報は変更となる場合あり。試合日程などは各チームのHPを参照

市スポーツ協会からのお知らせ

 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
☎042-751-5552 FAX042-751-5545

 参照先記載のない
ものは全て同協会
HPを参照▶


※対象は開催日時時点の学年

●親子ラグビー教室

 時3月22日(日)・29日(日)9時~12時 会相模原ギオンフィールドなど 対市内か近隣市
町村に在住か在学の3歳~中学生とその保護者(保護者が在勤可) ※希望者は直接
会場へ。さがみ・南ラグビースクールHPを参照

●スポーツチャンバラ春の体験会

 時①4月3日(金)19時15分~20時45分②4月4日(土)9時30分~11時 会①相模原ギオン
アリーナ②ほねごりアリーナ ※希望者は直接会場へ

●小学生陸上教室(全20回)

 時4月4日~9月26日の原則毎週土曜日9時から 会相模原ギオンスタジアムなど 対
小学校2~6年生 費1万円(チームTシャツ代2,000円が別途必要) ※市小学生陸上教
室HPを参照

**●ソフトテニス①レディース教室②シニア男子研修会③一般強化研修会(①全13回②
③全12回)**

 時①4月7日~令和9年3月2日の毎月第1火曜日(8月を除く)、9年1月19日(火)、9年2月16
日(火)10時30分~14時30分②4月15日~9年3月17日の毎月第3水曜日12時30分~16
時30分③4月25日~9年3月27日の毎月第4土曜日8時30分~12時30分 会①鹿沼公
園②大野台南テニスコート③横山公園など 対①15歳以上の女性(中学生を除く)②45
歳以上の男性③15歳以上(中学生を除く) 費各4,000円 ※希望者は直接会場へ

●ソフトテニス・中学生強化練習(全23回。3年生は全8回)

 時4月11日~令和9年3月20日の毎月第2・第3土曜日(8月は第3土曜日のみ。3年生
は7月末まで)8時30分~12時30分 会鹿沼公園など 対市内在学の中学生 費3,000
円(3年生は1,000円) ※希望者は直接会場へ

**●市民選手権大会①ソフトテニス・ダブルス(中学生)②バスケットボール(①一般男子
②一般女子③マスターズ男子④マスターズ女子⑤スーパーマスターズ男子)③剣道
(⑥一般⑦小学生)**

 時①4月11日(土)・12日(日)〈予備日5月2日(土)・9日(土)〉8時30分から②4月12日(日)~5月
31日(日)9時30分から③5月24日(日)9時から 会①横山公園②相模原ギオンアリーナな
ど③相模原ギオンアリーナ 対①市内在住か在学の中学生②③市内在住か勤・在学
の①18歳~39歳の男性(高校生を除く)②18歳~49歳の女性(高校生を除く)③40歳以
上の男性④50歳以上の女性⑤50歳以上の男性⑥18歳以上(高校生を除く)⑦市内在住
か在学の小学生 申込期限①③4月3日②3月27日 ※③市剣道連盟HPを参照

●ソフトテニス教室(ジュニア)(各全11回)

 時①②4月11日~令和9年3月13日の毎月第2土曜日(8月を除く)8時30分~10時30分
③4月25日~9年3月27日の毎月第4土曜日(8月を除く)8時30分~10時30分 会①鹿
沼公園②相模湖林間公園など③横山公園など 対市内在住の小学生 費各2,000円
※希望者は直接会場へ

**●令和8年度ねりんピック埼玉大会選手選考会 ソフトテニス・ダブルス(①男子②
女子③ミックス)**

 時5月17日(日)8時20分~14時30分 会鹿沼公園 対市内在住の令和9年4月1日時点
で60歳以上(③の男子は70歳以上) 費1ペア2,000円 ④5月7日(必着)までに、はが
きか☑に8面上部の必要事項と生年月日、性別、種別を書いて、市ソフトテニス協会の安
藤宏之さんへ 〒252-0143緑区橋本8-11-9-201 ☒ent@sagamihara-sta.jp




ちゅうおう 区版

編集/中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

中央区の人口・世帯 令和8年2月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口
人口 272,318人(285減)男135,840人/女136,478人 世帯数 132,819世帯(40減)

ホームページ 	Instagram 	Facebook 	FMラジオ(83.9MHz)
中央区 ページ	【公式】 相模原市中央区	相模原市 中央区	大好き!中央区FM HOT839 (エフエムさがみ)

中央区を元気に盛りものに!

市地域活性化事業交付金を活用した中央区内の取り組み

地域の活性化や暮らしやすいまちづくりのために、中央区内ではさまざまな団体が活動していることを知っていますか。地域の絆を深め、より住みやすいまちにするためには、皆さんのちょっとした関わりが大きな力になります。中央区の地域活動の一部を紹介します。

宇宙を感じる地域づくり



手筒花火披露

大野北地区では、宇宙や銀河を身近に感じられる特色を生かし、星空観望会と日本の伝統的な手筒花火を掛け合わせた独自の文化体験イベントを実施しました。

実施団体
手筒花火星空実行委員会

清新ふれあいフェスタ



eスポーツコーナー



ふれあい動物園

清新地区では、子どもの居場所づくりや学びの場を提供するためにeスポーツや鉄道玩具コーナー、ふれあい動物園などの各種体験ブースを設け、さまざまな世代の交流や担い手確保なども目指した新たなイベントを企画しました。

実施団体
清新ふれあいフェスタ実行委員会

中央地区防災ガイド作成



中央地区では、国内で各種災害が発生して防災意識が高まっていることから「防災ガイド」を作成しました。地域の一時避難場所・避難所を記載したマップや、災害に対する備え、非常時の持ち出し品などを掲載しました。

実施団体
中央地区まちづくり防災プロジェクト委員会

自治会回覧板のDX化



星が丘地区では、「回覧板を回すのが億劫」という声から、自治会員の負担を軽減するために電子回覧を開始しました。「地域情報紙などを好きなときに確認できて便利」という声が届いています。

実施団体
星が丘地区自治会DX化促進会

高齢者の安全・安心な暮らしを支える



事業看板プレート

上溝地区では、地域住民の困り事や悩み事の解決を目指し、地域内の店舗や協力者の家がわかるようにプレートを掲示しています。令和7年度から「困りごと相談つなぎの家」と改め、相談者の対象範囲を高齢者から全ての年代へと拡大しました。

実施団体
高齢者の安全・安心な暮らしを支える事業実行委員会

小山地区ハロフェス(あいさつ運動)



ハロフェスPRの様子

小山地区では、あいさつ運動としてハロフェスを小山中学校などで実施。のぼり旗や小山中学校公式キャラクターの「おにやまくん」などの啓発物品を作成しました。ハロフェスを一層盛り上げることで、地域全体を巻き込むことを目指しています。

実施団体
小山中ハロフェス盛り上げ隊

市地域活性化事業交付金

地域の活動に興味のある皆さんへ

市では、5人以上の団体が地域の課題解決や活性化に向けて自主的に取り組む事業に対して交付金で支援しています。区内で、今回紹介した取り組みなどを検討している人は相談してください。

申請方法や交付実績など詳しくは、**区**ををご覧ください。



中央区の地域活性化事業交付金について

☎中央6地区まちづくりセンター☎042-707-7049

みどり

区版

編集/緑区役所区政策課 ☎042-775-8802

緑区の人口・世帯 令和8年2月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人口 165,773人(177減)男 83,020人/女 82,753人 世帯数 78,346世帯(18減)

市ホームページ内 緑区ページ

緑区特設サイト ホームページ

「ミウル」のX/Instagram/Facebook/LINEもやっているよ!

すもうよ緑区 検索

緑区誕生15周年記念 大沢地区編

ミウルが紹介!

～緑区の今と昔～

大沢小学校

明治35年に創立した120年以上の歴史がある学校だよ!



現在



創立当時

大沢公民館

昭和24年の創立当時は、大沢公民館と大沢小学校は同じ敷地にあったんだ! 白い屋根の建物が公民館だよ。



現在
(大沢公民館と大沢まちづくりセンター)



創立当時

節目の年を記念して、ミウルが区内6地区の今と昔を1年間かけて紹介してきたよ。第6弾は、相模川や緑地、公園など自然に恵まれて、市内でも歴史ある大沢地区だよ。

☎大沢まちづくりセンター ☎042-761-2610

おおさわ桜まつり

大沢ふるさとまつりを同時開催

模擬店やステージなどのイベントが盛りだくさんです。

時 4月5日(日)9時30分～14時30分(雨天中止)

会 相模川自然の村公園芝生広場

アクセス 橋本駅南口からコミュニティバス終点下車徒歩5分

※当日は駐車場が混雑します。公共交通機関を利用してください。

桜の提灯点灯

ちょうちん



時 3月23日(月)～4月6日(月)18時～21時

※天候により、変更の場合あり

会 上大島キャンプ場

☎おおさわ桜まつり実行委員会事務局 (大沢まちづくりセンター内) ☎042-761-2610

みなみ

区版

編集/南区役所区政策課 ☎042-749-2134

南区の人口・世帯 令和8年2月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人口 282,660人(136減)男139,608人/女143,052人 世帯数 141,056世帯(36減)

ホームページ Instagram Facebook 南区の魅力満載!!

南区ページ 【公式】相模原市南区 相模原市南区 相模原市南区 区民会議 相模原市南区 ガイドマップ

南区誕生15周年記念

相模大野カジュアルピアノ

を開催します

誰でも自由に演奏できる電子ピアノを設置します。春の訪れを感じる桜のモニュメントの下で、相模大野のまちに響き渡る音色を奏でませんか。

時 3月17日(火)～21日(土)12時～19時(演奏時間)

会 相模大野ステーションスクエア3階アトリウム広場

※整理券配付はありません。待機列に並び、順番に演奏してください。

初心者やピアノに触れてみたい人も大歓迎です。

詳しくはこちら

令和6年度の様子

☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135

ポニーに乗って 緑起担ぎ

今年^{うま}は午年。相模原麻溝公園ふれあい動物広場では、ポニーに乗馬できます。今年の運氣アップを込めて、乗馬体験をしませんか。

対 2歳～小学生

費 130円

※時間など詳しくは▶

同所☎を参照

他にも!

展示コーナー
リスザルやミーアキャットなどに会えます

ふれあいコーナー
モルモットやヤギなどと触れ合えます

☎相模原麻溝公園ふれあい動物広場管理事務所 ☎042-778-3900





令和8年度の相談窓口

相談無料
秘密は守ります

がいこくじん そうだん
外国人相談について
がいこくじんの
そうだん まどぐち も あります

くわしくは
こちら▶



相談	会場・相談日	時間	内容	申し込みなど
市民	緑・中・南 = 月～金曜日 城 = 第2・第4水曜日 津 = 第1・第3水曜日 湖 = 第1・第3火曜日 藤 = 第2・第4火曜日	9時～12時、 13時～17時	夫婦、家族などの 日常生活上の悩み事	緑・中・南 = 希望者は直接会場へ 城・津・湖・藤 = 開催日2週間前～ 前日17時に、☎で各所へ
法律	緑 = ①水曜日②第4木曜日 中 = ①火曜日②第1木曜日 南 = ①金曜日②第2木曜日 城 = ②第2金曜日 津 = ②第3金曜日 湖 = ②5月・8月・10月・2月の第4金曜日 藤 = ②6月・9月・1月・3月の第4金曜日	13時30分～ 16時	相続、離婚などの 日常生活上の法律全般	①開催日の8時30分から②2週間前 から、☎で各所へ
行政	緑 = 第3火曜日 中 = 第2水曜日 南 = 第1水曜日 城 = 奇数月の第2木曜日 津 = 偶数月の第1金曜日 湖 = 奇数月の第3木曜日 藤 = 偶数月の第2金曜日		国などの仕事についての 意見や要望	希望者は直接会場へ
人権	緑 = 第4金曜日 中 = 第1金曜日 南 = 第2水曜日 津 = 第2水曜日		いじめ、虐待、差別など	希望者は直接会場へ
税務	緑 = 第2月曜日 中 = 第1・第3月曜日 南 = 第4月曜日 ※2月1日～3月15日は休止		相続・贈与などの税金に 関すること	開催日の8時30分から、☎で各所へ
司法書士	緑 = 第1木曜日 中 = 第4水曜日 南 = 第2水曜日		遺言・相続、成年後見 など	開催日の8時30分から、☎で各所へ
行政書士	緑 = 第2火曜日 中 = 第1・第3水曜日 南 = 第4水曜日		遺言書、官公署への 書類の作成など	開催日の8時30分から、☎で各所へ
社会保険労務士	緑 = 第2金曜日 中 = 第1水曜日 南 = 第3水曜日		年金、健康保険、賃金・ 解雇など	開催日の8時30分から、☎で各所へ
新築・増改築・修理 など	緑 = 第2木曜日 中 = 第3木曜日 南 = 第1木曜日		新築、修理などに関する 技術的なこと	希望者は直接会場へ
不動産	緑 = 第3月曜日 中 = 第2金曜日、第4月曜日 南 = 第1月曜日		不動産取引や借地・借家 契約など	開催日の8時30分から、☎で各所へ
交通事故	緑 = 第1金曜日 中 = 月曜日 南 = 第3月曜日		交通事故の相談など	緑 = 同じ週の月曜日から 中・南 = 前の週の水曜日から、☎で各所へ
労働	中 = 木曜日	9時～12時、 13時～16時	労使関係、労働条件、 解雇など	希望者は直接会場へ

☎市内在住か在勤・在学の人(交通事故、労働を除く)

会場、申し込み・問い合わせ

緑 = 緑区役所市民相談室(シティ・プラザはしもと内) ☎042-775-1773
 中 = 中央区役所市民相談室 ☎042-769-8230
 南 = 南区役所市民相談室 ☎042-749-2171

城 = 城山まちづくりセンター ☎042-783-8103
 津 = 津久井まちづくりセンター ☎042-780-1400
 湖 = 相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3214
 藤 = 藤野まちづくりセンター ☎042-687-5514

申し込み開始日が休所の場合
は、その前日から。開催状況、
休所日などは、各所へお問い
合わせください。

財源確保のため広告を掲載しています(市が推奨するものではありません)。掲載申し込みは(株)ジチアアド(☎092-716-1401)へ。掲載した広告の問い合わせは各広告主へ

